

Управление образования администрации
Ленинск-Кузнецкого городского округа
Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
«Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа №6»

Принята на заседании
педагогического совета
от «31» августа 2021 г.
Протокол № 5



Утверждаю
Директор МКОУ «СКОШ №6»
К.Н. Николаева
«31» августа 2021 г.

Психологическая азбука
Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности

Возраст обучающихся: 11-15 лет
Срок реализации: 1 год

Разработчик программы:
Ефимова Ирина Ивановна, учитель

г. Ленинск-Кузнецкий, 2021

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК

Пояснительная записка

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Психологическая азбука» - социально-гуманитарная. Программа способствует решению задач возрастного развития школьника с ОВЗ, установлению положительных взаимоотношений со сверстниками и взрослыми, и наконец, формированию необходимого уровня адаптивности к условиям социума, готовности к жизни в обществе.

Цель программы: формирование у подростков навыков адекватного общения со сверстниками и взрослыми.

Задачи программы:

- закреплять навыки бесконфликтного общения на разных уровнях;
- мотивировать обучающихся на обращение к внутреннему миру, анализу собственных поступков;
- способствовать формированию позитивной позиции по отношению к окружающему миру, людям, себе;
- познакомить обучающихся с разными эмоциональными состояниями других людей на основе наблюдения за внешними проявлениями (мимика, голос и пр.);
- воспитывать нравственные качества детей по отношению к окружающим (доброжелательность, чувство товарищества, толерантность);
- развивать у обучающихся навыки самоконтроля.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Психологическая азбука» составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года с последующими изменениями и дополнениями;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 N 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 06.12.2019 N 56722);
- Распоряжение Коллегии Администрации Кемеровской области от 03.04.2019 № 212 «О внедрении системы персонифицированного дополнительного образования на Территории Кемеровской области;

- Приказ Департамента образования и науки Кемеровской области от 05.04.2019 № 740 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242.

Актуальность программы обусловлена тем, что средний школьный возраст является сенситивным периодом приобретения знаний, в том числе о социальном окружении и нормах отношений. Наряду с активным усвоением знаний об окружающей действительности у ребенка возникают трудности, связанные с адаптацией в школе и установлением положительных взаимоотношений со сверстниками и взрослыми, результатом которых является адекватное оценочное отношение к себе и другим.

Особую значимость в этот период приобретает рост самосознания, развитие которого происходит в результате преодоления разнообразных трудностей, поиска выхода из проблемной ситуации, разрешения жизненных противоречий. Но сделать это самостоятельно школьник еще не в силах, в этом ему должны помочь взрослые в процессе специально организованной совместной деятельности.

Решению задач преодоления трудностей возрастного развития среднего школьника и формированию интереса к самопознанию способствует разработанная программа.

Отличительные особенности программы заключаются в том, что в новых социально-экономических условиях общество остро и актуально ставит вопрос о приоритетном значении обучения, воспитания и социализации детей с ограниченными возможностями здоровья и их включением в образовательную среду.

С каждым годом в школу приходит все больше детей, которые имеют отклонения от условной возрастной нормы: это не только часто болеющие дети, но и дети с неврозами, дисграфией, повышенной возбудимостью, нарушениями концентрации и удержания внимания, плохой памятью, повышенной утомляемостью, нарушениями слуха, зрения, а также с гораздо более серьезными проблемами (эпилепсия, аутистические нарушения, задержка психического развития, с комплексными нарушениями развития).

Признание права любого ребенка на получение образования, отвечающего его потребностям и полноценно использующего возможности развития, обусловило важнейшие инициативы и ориентиры новой образовательной политики.

В процессе освоения программы обучающиеся с ОВЗ знакомятся с основными понятиями структуры личности: потребности, мотивы, всеобщие свойства психики (ощущения, восприятие, мышление), чувства и эмоции. Теоретические понятия применяются и проверяются на практике в виде игр, тренинга, что приводит к быстрому приобретению новых знаний и усвоению программы, формированию у подростков с ОВЗ навыков адекватного общения со сверстниками и взрослыми.

Реализация возможности полноценно проживать каждый день жизненного пути - это показатель успешности реализации инклюзивного обучения и воспитания детей с ОВЗ.

Адресат программы: обучающиеся с ОВЗ, возраст 11-15 лет.

Набор в коллектив осуществляется по принципу добровольности, без отбора и предъявления требований к наличию специальных умений.

Количественный состав группы до 15 человек.

Объем и срок освоения программы: 1 год, 36 часов.

Режим занятий: Занятия проводятся один раз в неделю по 1 академическому часу (40 минут).

Методические материалы

В качестве основных методов обучения в программе используются: словесный - беседа, объяснение, дискуссия; наглядный - показ; практический - игры-упражнения. Беседа и рефлексия используются на каждом занятии.

При проведении занятий, важным условием является создание эмоционального комфорта и положительная поддержка деятельности обучающихся. Поэтому основными методами воспитания является - методы поощрения и мотивации достижения успеха, методы самовыражения (в рисунке, создании образа и т.д.).

При реализации программы используются элементы технологии коллективно-творческой деятельности, элементы тренингов межличностной коммуникации, здоровьесберегающей и игровой технологии.

Игровая технология включает достаточно обширную группу методов и приёмов организации педагогического процесса в форме различных педагогических игр. Несмотря на преобладание обучения, как ведущего вида деятельности, игра остаётся в жизни школьников и использование её на занятиях несёт обучающую функцию. В данной программе

используются игровые приёмы, ситуации, активизирующие коммуникацию, самопознание обучающихся среднего школьного возраста.

Технология коллективно-творческой деятельности представляет собой организацию совместной деятельности взрослых и детей, при которой все участвуют в коллективном творчестве, планировании и анализе результатов. В рамках данной программы педагогом используются этапы коллективно творческой деятельности: постановка цели, планирование, распределения ролей и обязанностей, подведение результатов. Учитывая возраст обучающихся, педагог создаёт условия, активизирующие их деятельность на каждом этапе. При подведении результатов в процессе обсуждения помогает выделить наиболее удачные стороны, причины достижения положительных результатов, моментов, которые не удовлетворили обучающихся и путей достижения желаемого результата.

Используются некоторые элементы, отвечающие целям здоровьесберегающей технологии: элементы арт-терапии, элементы рефлексии, подвижные игры, спортивные игры - как часть занятия игры малой, средней и высокой степени подвижности. В рамках данной программы степень подвижности игр определяется этапом занятия, темой и эмоциональным состоянием учащихся. Обязательным условием включения подвижных игр является чередование их по степени активности обучающихся. В начальном этапе занятия, с целью снятия эмоционального и физического напряжения, используются игры средней и высокой подвижности.

Элементы арт-терапии – предполагают создание безопасных условий, способствующих самовыражению и спонтанной активности школьников, вызывают новые способы активности и помогают их закрепить, позволяют ребенку выразить свое состояние через рисунок, сказку, игру.

Элементы релаксации используются в зависимости от состояния детей и целей, для этого используется специальная музыка для релаксации со звуками природы.

Программой предусмотрено использование на занятиях различных игровых и дидактических пособий. Широко применяются различные виды изобразительных средств, дидактические пособия: наборы фотографий с изображением эмоциональных состояний; настольные игры для познавательного развития.

Для диагностики результативности усвоения программы применяются:

- на начальном этапе беседа «Расскажи о себе» (А.М.Щетинина);
- на промежуточном этапе проективная методика «Неоконченные рассказы» (Т.П.Гаврилова), тест «Несуществующее животное»;
- в итоговой диагностике тест «ДДЧ» (Дж. Бак), программа наблюдения за культурой поведения ребенка (А.М. Щетинина) и результаты наблюдения фиксируются в

Дневнике наблюдения обучающегося.

В условиях карантина, отмены очных занятий по погодным условиям и иным причинам программа может реализовываться в режиме дистанционного обучения. В реализации дистанционного обучения применяются: электронная почта, мессенджеры WhatsApp, Skype, Viber, социальные медиа: ВК.

Планируемые результаты

В процессе реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Психологическая азбука» обучающиеся будут

знать:

- правила безопасного поведения и эффективного межличностного общения;
- о нравственных качествах по отношению к окружающим: доброжелательности, товариществе, толерантности;
- правила сотрудничества со взрослыми и сверстниками;
- сведения о познавательных процессах: памяти, внимании, мышлении;
- сведения об эмоциях, желаниях, мотивах;
- сведения о способах невербального общения: мимике, жестах, интонации;

уметь:

- применять правила безопасного поведения и эффективного межличностного общения со взрослыми и сверстниками;
- применять навыки регуляции своего эмоционального состояния и самоконтроля своего поведения;
- проявлять в общении с окружающими свои нравственные качества;
- понимать собственное эмоциональное состояние и распознавать эмоциональные состояния других людей через мимику, жесты, интонацию;
- применять навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие «Разрешите представиться»	1	0,5	0,5	Беседа Анкетирование
2.	Введение в мир общения	20	5	15	

2.1.	Привет, индивидуальность, или чем я отличаюсь от других	2	0,5	1,5	Беседа
2.2.	Я в мире людей, или Живи в согласии с другими	2	0,5	1,5	Наблюдение
2.3.	Поведение и культура	2	0,5	1,5	Беседа
2.4.	Общение в моей жизни	2	0,5	1,5	Наблюдение
2.5.	Общение и уважение	2	0,5	1,5	Беседа
2.6.	Конфликт –неизбежность или...	2	0,5	1,5	Наблюдение
2.7.	Комплимент –дело серьезное	2	0,5	1,5	Наблюдение
2.8.	А без друзей на свете трудно жить...	2	0,5	1,5	Наблюдение
2.9.	На пути к гармонии	4	1	3	Диагностика Наблюдение
3.	Волшебная страна чувств	11	4,5	6,5	
3.1.	Секреты Енотова круга	2	0,5	1,5	Наблюдение
3.2.	Волшебная страна чувств и ее жители	2	0,5	1,5	Наблюдение
3.3.	Слуга по имени Радость	1	0,5	0,5	Наблюдение
3.4.	Слуга по имени Грусть	1	0,5	0,5	Наблюдение
3.5.	Слуга по имени Страх	1	0,5	0,5	Наблюдение
3.6.	Слуга по имени Злость	1	0,5	0,5	Наблюдение
3.7.	Слуга по имени Интерес	1	0,5	0,5	Наблюдение
3.8.	Слуга по имени Обида	1	0,5	0,5	Наблюдение
3.9.	Слуга по имени Вина	1	0,5	0,5	Наблюдение
4.	Итоговое занятие «Какие мы?»	4	1	3	Наблюдение Диагностика
Итого:		36	11	25	

Содержание программы

1. Вводное занятие «Разрешите представиться» (1час)

Теория. Рассказ о себе и о целях занятий. Знакомство участников. Формулирование правил работы в группе и принятие их.

Практика. Игры и упражнения, направленные на улучшение контакта с детьми, создание в группе атмосферы открытости. Анкетирование участников. Рефлексия.

Контроль. Беседа, анкетирование.

2. Введение в мир общения (20 часов)

2.1. Привет, индивидуальность, или чем я отличаюсь от других.

Теория. Анализ анкет. Групповое обсуждение различных сфер проявления «Я». Представление о структурных компонентах личности. Важность знаний о себе и позитивного самопринятия. Советы Чарли Чаплина.

Практика. Игры и упражнения, направленные на самопознание. Изображение участниками себя в виде растения или животного. Рефлексия.

Контроль. Беседа.

2.2. Я в мире людей, или живи в согласии с другими.

Теория. Выставка рисунков, обмен впечатлениями. Информация о системе взаимоотношений с другими людьми.

Практика. Упражнения и игры, направленные на формирование дружеских отношений. Рефлексия.

Контроль. Наблюдение.

2.2. Поведение и культура.

Теория. Информация о взаимной связи понятий «поведение» и «культура».

Практика. Разыгрывание ситуаций с последующим анализом правильности поведения. Самодиагностика степени выраженности нравственных качеств.

Контроль. Беседа.

2.3. Общение в моей жизни.

Теория. Информация о взаимодействии в обществе. Вербальные и невербальные средства коммуникации. Правила общения.

Практика. Диагностика «Умею ли я общаться». Игры и упражнения на коммуникацию. Упражнения на управление своим дыханием. Рефлексия.

Контроль. Наблюдение.

2.4. Общение и уважение.

Теория. Характеристика понятия «общение». Общение с людьми, не вызывающими симпатии. Умение уважать других.

Практика. Упражнения на общение. Рефлексия.

Контроль. Беседа.

2.6. Конфликт – неизбежность или...

Теория. Беседа «Что такое конфликт?»

Практика. Упражнения на общение. Разыгрывание ситуаций. Анализ стратегий поведения в конфликте. Рефлексия.

Контроль. Наблюдение.

2.7. Комплимент – дело серьезное?

Теория. Беседа «Что такое комплимент? Зачем и как делаются комплименты». Шесть правил «Как понравиться людям».

Практика. Упражнения на формирование умения произносить комплименты. Рефлексия.

Контроль. Наблюдение.

2.8. А без друзей на свете трудно жить...

Теория. Беседа о дружбе.

Практика. Упражнения на сотрудничество. Рефлексия.

Контроль. Наблюдение.

2.9. На пути к гармонии...

Теория. Беседа о гармонии. «Что такое гармония?»

Практика. Упражнения на коммуникацию.

Контроль. Промежуточная диагностика.

3. Волшебная страна чувств (11 часов)

3.1. Секреты Енотова круга.

Теория. Разминка. Беседа о волшебной стране чувств. Секреты Енотова круга.

Практика. Упражнения на проявление дружелюбия. Рефлексия.

Контроль. Наблюдение.

3.2 Волшебная страна чувств и ее жители.

Теория. Ритуал вхождения в сказку.

Практика. Медитация «Создание волшебной страны». Рефлексия.

Контроль. Наблюдение.

3.3 Слуга по имени Радость.

Теория. Знакомство со слугой по имени Радость.

Практика. Упражнение «Король и Мера». Упражнение «Покажи любимое дело». Рефлексия.

Контроль. Наблюдение.

3.4. Слуга по имени Грусть.

Теория. Знакомство со слугой по имени Грусть.

Практика. Упражнения на формирование и развитие способности распознавать изучаемое чувство у себя и других. Введение Меры. Домашнее задание. Рефлексия.

Контроль. Наблюдение.

3.5. Слуга по имени Страх.

Теория. Итоги выполнения домашнего задания. Знакомство со слугой Страх.

Практика. Игра «Мышеловка». Упражнение «Я храбрый лев». Домашнее задание. Рефлексия.

Контроль. Наблюдение.

3.6.Слуга по имени Злость.

Теория. Итоги выполнения домашнего задания. Знакомство со слугой Злость.

Практика. Упражнения «Пыльная подушка», «Уходи, злость, уходи!» Домашнее задание. Рефлексия.

Контроль. Наблюдение.

3.7.Слуга по имени Интерес.

Теория. Итоги выполнения домашнего задания. Знакомство со слугой Интерес.

Практика. Игра «Наблюдательные», Загадочные узоры», «Обман чувств». Домашнее задание. Рефлексия.

Контроль. Наблюдение.

3.8.Слуга по имени Обида.

Теория. Итоги выполнения домашнего задания. Знакомство со слугой Обида.

Практика. Упражнение «Я обиделся». Домашнее задание. Рефлексия.

Контроль. Наблюдение.

3.9.Слуга по имени Вина.

Теория. Итоги выполнения домашнего задания. Знакомство со слугой Вина.

Практика. Упражнение «К чему приведет...». Игра «Да – нет». Домашнее задание. Рефлексия.

Контроль. Наблюдение.

4. Какие мы. Итоговое занятие(4часа)

Теория. Итоги выполнения домашнего задания. «Какие мы?» -беседа.

Практика. Итоговая диагностика. Игры «Спасибо, что ты рядом», «Волшебный сундук», «Коммуникация», Упражнение «Экзамен». Тест «ДДЧ» Рефлексия. Ритуал прощания.

Контроль. Наблюдение.

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Календарный учебный график

Календарный учебный график является обязательным приложением к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Психологическая азбука», утверждается приказом по учреждению, составляется для каждой учебной группы.

Сроки контрольных процедур: формы контроля основных компетенций обучающихся представлены в учебном плане, проводятся в ходе занятия по темам и разделам программы в течение учебного года.

Начало учебного периода по программе со второй недели сентября.

№	Срок обучения	Объем учебных	Всего учебных	Количество	Режим
---	---------------	---------------	---------------	------------	-------

		часов	недель	учебных дней	работы
1	1	36	36	36	1

Условия реализации программы. Для реализации программы необходим отдельный учебный кабинет со столами, стульями и мягким покрытием, в котором дети могут свободно передвигаться и располагаться в кругу.

Материально-техническое обеспечение

Мебель: столы ученические – 8, стулья ученические – 15, мольберт или учебная доска – 1. Оборудование для занятий:

Изобразительные средства: кисти – 15, краски пальчиковые – 15, акварельные краски – 15, гуашь – 15, бумага цветная – 15, бумага гофрированная – 15, альбомы для рисования – 15 ватман-15, цветной картон – 15, белый картон – 15, карандаши цветные – 15, мелки – 15, пластилин – 15, тетради, или блокноты – 15.

Дидактические пособия: наборы фотографий с изображением эмоциональных состояний – 15.

Дидактические игры: ребусы – 15, головоломки – 15, кроссворды – 15, анаграмма – 15, дорисуй картинку – 15, найди отличия – 15, ассоциации – 15, игровой квадрат – 16.

Информационное обеспечение: ноутбук – 1, DVD-диски – 5, аудиоколонки с встроенным усилителем (комплект) - 1, фотокамера – 1.

Кадровое обеспечение: реализацию программы осуществляет педагог без предъявления требований к стажу работы.

Оценочные материалы

Для определения уровня результативности освоения содержания программы используются диагностические таблицы, которые включают 3 критерия: уровень теоретической и практической подготовки, уровень эффективности воспитательных воздействий.

Основной формой предъявления и демонстрации образовательных результатов является – фотоотчёт, рисунки, поделки, коллективные работы, итоговые занятия по разделам, аналитический материал по итогам проведения диагностики.

Диагностика результативности обучающихся по программе «Психологическая азбука»			
Вид диагностики	Вводная	Промежуточная	Итоговая
Цель диагностики	Определить уровень подготовки	Оценка динамики продвижения	Подведение итогов обучения по

	обучающегося	обучающегося	программе
Сроки проведения	5-15 сентября	15-20 января	15-25 мая
Формы диагностики	Беседа "Расскажи о себе" (А.М.Щетинина)	Проективная методика "Неоконченные рассказы" (Т.П.Гаврилова), тест «Несуществующее животное»	Программа наблюдения за культурой поведения ребенка (А.М.Щетинина), тест «ДДЧ» (Дж. Бак)
Параметры оценки	Изучение сформированности образа «Я» и самооценки	Изучение характера эмпатии, личностных качеств ребенка: самооценка, уровень притязаний, тревожность, агрессивность, инфантилизм, замкнутость и др.	Изучение развития личности ребенка: незащищенность, тревожность, недоверие к себе, чувство неполноценности, враждебность, конфликтность (фрустрация), трудности общения.
Критерии оценки	Способность обучающегося выполнять задания легкого уровня	Соответствие знаний и умений требованиям программы	Динамика усвоения учебного материала, развития умений и навыков, личностного развития обучающегося
Система оценки	Система 3 уровней: 1-4б – низкий, 5-7б – средний, 8-10б – высокий	Система 3 уровней: 1-4б – низкий, 5-7б – средний, 8-10б – высокий	Система 3 уровней: 1-4б – низкий, 5-7б – средний, 8-10б – высокий
Форма фиксации результатов	Дневник наблюдения обучающегося	Дневник наблюдения обучающегося	Дневник наблюдения обучающегося

Список литературы

1. Алиева М.А. Тренинг развития жизненных целей (программа психологического содействия успешной адаптации). / Под ред. Е.Г.Трошихиной. СПб: Речь, 2007. 215 с.

2. Баранова Н.Л. Диагностика результативности освоения образовательных программ обучающимися детского (юношеского) объединения: проводим успешно и легко. Методическое пособие. СПб.: ИП Веснин Евгений Юрьевич, 2015. 48 с.
2. Вологодина Н.В. Сказкотерапия, или как стать победителем. Ростов н/Д.: Феникс, 2006. 256 с.
3. Выготский Л.С. Лекции по психологии. СПб: Союз, 1999. 144 с.
4. Гусева Н.А. Тренинг предупреждения вредных привычек у детей. Программа профилактики злоупотребления психоактивными веществами /под научн. ред. Л.М. Шипициной. СПб: Речь, 2003. 256 с.
5. Ключева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. Характер, коммуникабельность Ярославль: Академия развития, 1997. 240 с.
6. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. Ярославль: Академия развития, 1997. 208 с.
7. Минский Е.М. Игры и развлечения в группе продленного дня: Пособие учителя. 2-е изд., перераб. и доп. М.; Просвещение, 1983. 192 с.
8. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. М.: Питер, 1989. 460 с.
9. Щетинина А.М. Диагностика социального развития ребенка: Учебно-методическое пособие. Великий Новгород: НовГУ им. Ярослава Мудрого, 2000. 88 с.
10. Юдина Н.А. Навстречу. Программа воспитания коммуникативной культуры школьников // Классный руководитель. 2007. - №3. С.39-71.

Интернет-ресурсы:

1. Психологические игры для подростков <https://ped-kopilka.ru/psihologija/psihologicheskie-igry-dlja-podrostkov.html> (дата обращения 20.09.2021)
2. Занимательная психология для подростков. <https://www.eti-deti.ru/grup/208.html> (дата обращения 19.09.2021)
3. Тренинги по психологии, психологические упражнения и игры для детей и подростков <https://www.rastut-goda.ru/questions-of-pedagogy/8632-psikhologicheskie-treningi-dlya-detej-i-podrostkov.html> (дата обращения 20.09.2021)
4. Лучшие психологические игры для детей и подростков <https://memblog.ru/deti/psihologicheskie-uprazhneniya-dlya-detej.html> (дата обращения 19.09.2021)